

HS PP DAIM MES NUS QHIA PLUAS SU

Lub Plaub Hlis Ntuj 2026

Hnub Monday	Hnub Tuesday	Hnub Wednesday	Hnub Thursday	Hnub Friday
		-1- SO THAUM LUB CAIJ NPLOOJ NTOO HLAV	-2- SO THAUM LUB CAIJ NPLOOJ NTOO HLAV	-3- SO THAUM LUB CAIJ NPLOOJ NTOO HLAV
-6- PLUAS TSHAIS RAU PLUAS SU: NCUAV QAB ZIB WG PANCAKES NROG NYUV NTXWV QAIB LOS SIS NQE THIAB MIS NYUJ KHOV COLBY KIB KHAUB CIJ MUAJ TXIV TSAWB WG THIAB KUA ZAUB 100% KUA QAB ZIB / KUA TXIV LWS SUAV KHOB KUA TXIV APPLE TXIV KAB NTXWV TSHIAB QHOV KEV XAIV NTAWM MIS NYUJ	-7- WG KHAUB CI BURGER RAU MIS NYUJ KHOV UA DAIM ME OB POB UA KHUB LOS SIS WG KHAUB CIJ NTSAWS PLAWV MIS NYUJ KHOV CI LOS SIS KHOB CIJ WG PB&J SANDWICH LOJ THIAB TAU NTSUAB CUB MUAJ ZAUB XWB KUA ZAUB 100% KUA TXIV LWS SUAV/KUA MUSTARD TXIV TSAWB KHOB TXIV BERRY SIB TOV QHOV KEV XAIV NTAWM MIS NYUJ	-8- +PHIV XAJ PEPPERONI NQAIJ QAIB NTXHW WG HLAIS UA DAIM LOS SIS PIZZA RAU MIS NYUJ KHOV WG HLAIS UA DAIM THIAB TAUM MOG CUB KHOB NOOM POTATO SMILES KUA TXIV LWS SUAV TXIV HMAB TXIV NTOO UA KHOB TXIV EV PAUM IB LUB KHEEJ TSHIAB QHOV KEV XAIV NTAWM MIS NYUJ	-9- NQAIJ QAIB TERIYAKI LOS SIS NCUAV KIB UA LUB UAS TSIS MUAJ NQAIJ (VEGETARIAN NUGGETS) KUA BBQ THIAB MOV XIM AV WHOLE GRAIN PAJ ZAUB BROCCOLI CUB ZAUB NTUG HAUV PAUS ME TSHIAB WG KHAUB CI UA TUS ME ROJ BUTTER PUAB KHOV TXIV PUV LUJ UA KHOB TXIV EV PAUM TSHIAB QHOV KEV XAIV NTAWM MIS NYUJ	-10- QE NQAIJ RAU NQAIJ QAIB NTSIM RAU SAUM KHAUB CI WG NROG ZAUB XAB LAV HLAIS UA DAIM ME / HLAIS UA DAIM DAV TXIV LWS SUAV STV UA KOM ZOO NKAUJ KUA MAYONNAISE /KUA QUAV TXOB NTSW NQAIJ CI BBQ LOS SIS WG KHAUB CIJ NTSAWS PLAWV MIS NYUJ KHOV CI THIAB XAM LAV ZAUB ROMAINE DE TOM VAJ TXIV LWS SUAV CHERRY KUA YWG ZAUG HOM FRENCH/RANCH KHOB KUA TXIV APPLE TXIV PEAR TSHIAB COV MIS XAIV TAU
-13- WG ENCHILADAS MUAJ 4 YAM MIS NYUJ KHOV NROG COV KUA LOS SIS KHAUB CI QUESO QUESADILLAS ME WG THIAB TAUM NROG ZAUB MIS NYUJ KHOV TXUJ LOM CELERY UA TUS KUA QUAV TXOB YWG ZAUB RANCH ZAUB XAB LAV HLAIS UA DAIM ME SALSA / KUA MIS QAUB TXIV DUA UA KHOB (PEACH CUP) TXIV KAB NTXWV TSHIAB QHOV KEV XAIV NTAWM MIS NYUJ	-14- NQAIJ QAIB ALFREDO nrog MIJ ROTINI LOS SIS MACARONI WG THIAB MIS NYUJ KHOV THIAB PAJ ZAUB BROCCOLI CUB ZAUB NTUG HAUV PAUS ME TSHIAB KUA QUAV TXOB YWG ZAUB RANCH WG KHAUB CI UA TUS ME ROJ BUTTER PUAB KHOV TXIV PEAR TSHIAB TXIV STRAWBERRY UA KHOB QHOV KEV XAIV NTAWM MIS NYUJ	-15- HOS DOV UAS MUAJ NQAIJ TAG NRHO NTAWM KHOB CIJ MOV NPLEJ WHOLE GRAIN UAS MUAJ HOS DOV LOS SIS WG KHAUB CIJ NTSAWS PLAWV MIS NYUJ KHOV CI LOS SIS KHAUB CI WG HALAL QE NQAIJ RAU NQAIJ QAIB SAUM KHAUB CI HAMBURGER QUAV TXOB MAYONNAISE / BBQ THIAB XAM LAV ZAUB ROMAINE nrog KUA TXOB PHAWV LIAB HLAIS UA TUG TXIV LWS SUAV CHERRY TSHIAB KHOOM RAU XYAW XAM LAM RANCH LOS SIS FAB KIS KUA KETCHUP / KUA MUSTARD TXIV DUA UA KHOB (PEACH CUP) TXIV HMAB BLUE RASPBERRY 100% UA KHOB ME QHOV KEV XAIV NTAWM MIS NYUJ	-16- PLUAS TSHAIS RAU PLUAS SU: KHAUB CIJ TOAST FAB KIS WG NROG NYUV NTXWV QAIB LOS SIS NQE THIAB MIS NYUJ KHOV COLBY KIB NCUAV QAB ZIB WG BLUEBERRY MUFFIN LOJ THIAB QOS YAJ YWM CI DELI KUA ZAUB 100% KHOB KUA TXIV APPLE TXIV KAB NTXWV TSHIAB QHOV KEV XAIV NTAWM MIS NYUJ	-17- NCUAV PHIV XAJ (WG PIZZA DIPPERS) KUA TXIV LWS SUAV MARINARA LOS SIS NQAIJ QAIB NTXHW BBQ UA NTSIV NYOB RAU NTAWM KHAUB CIJ HAMBURGER WG LOS SIS KHOB CIJ WG PB&J LOJ THIAB XAM LAV ZAUB ROMAINE DE TOM VAJ nrog ZAUB NTUG HAUV PAUS KAUS MOS TXIV LWS SUAV CHERRY TSHIAB KUA QUAV TXOB YWG ZAUB RANCH IB KHOB TXIV PEAR TXIV TSAWB QHOV KEV XAIV NTAWM MIS NYUJ

LUS SAU CIM TSEG-TXOG KHOOM NOJ: *=Nqaij Npuas +=Nqaij Qaib Ntxhw. Txhua puas mov yuav muaj cov mis 1/2 pint. Cov tub ntxhais kawm tuaj yeem xaiv Mis Tsis Muaj Roj los sis Mis Dawb 1% thaum Noj Tshais, thiab Mis Tsis Muaj Roj, Mis Dawb 1% los sis Mis Muaj Chocolate Tsis Muaj Roj thaum Noj Su THIAB thaum Noj Hmo. Tag Nrho Cov Mes Nus thiab cov foos Cov Khoom Noj Xav Tau Kev Noj Haus Tshwj Xeeb yuav muaj sau ua 7 hom lus sib txawv, tuaj yeem nrhiav tau lawv nyob hauv MPS Lub Thawj Fab Saib Xyuas Hauj Lwm Muab Kev Pab Cuam Khoom Noj Khoom Haus Zoo phab vev xaib ntawm: mpsmke.com/nutrition Qhov mes nus yuav muaj qhov hloov pauv tau.

“Lub tsev kawm ntawv no yog ib lub chaw muab kev pab cuam uas muab hww tsam sib npaug zog.”

DAIM MES NUS PLUAS SU NTIM CIA UA NTEJ RAU TSEV KAWM NTAWV THEEM PIB HAUV LUB PLAUB HLIS NTUJ

<p style="text-align: center;">-20-</p> <p style="text-align: center;">KHOB CIJ HAMBURGER NQAIJ NYUJ TAG NRHO LOS SIS KHAUB CIJ HAMBURGER WG ZAUB XAB LAV HLAIS UA DAIM ME / TXIV LWS SUAV HLAIS UA DAIM PLUAV COV TXIV HLAIS UA DAIM UA KOM ZOO NKAUJ LOS SIS KHOB CIJ NNTSAWS PLAWV MIS NYUJ KHOV CI</p> <p style="text-align: center;">THIAB KIB QOS LIAB NTSIM RAU TXUJ LOM KUA ZAUB 100% KUA KETCHUP / KUA MUSTARD IB KHOB TXIV PEAR TXIV EV PAUM TSHIAB QAB ZIB KHOV "UA HAUV CHAW KAWM" QHOV KEV XAIV NTAWM MIS NYUJ</p>	<p style="text-align: center;">-21-</p> <p style="text-align: center;">TACO HNUB TUESDAY</p> <p style="text-align: center;">XAIV NTAWM: +NQAIJ TACO QAIB NTXHW LOS SIS NQAIJ LOS NTAWM COV ZAUB KEV XAIV LOS SIS WG QUESADILLA ME RAU MIS NYUJ KHOV ME</p> <p style="text-align: center;">THIAB TAUM NROG ZAUB MIS NYUJ KHOV TXUJ LOM CELERY UA TUS KUA QUAV TXOB YWG ZAUB RANCH FRITOS YAV QUB QAB ZAUB XAB LAV HLAIS ME THIAB TXIV LWS SUAV HLAIS UA LUB PLAUB FAB SALSA / KUA MIS QAUB TXIV HMAB TXIV NTOO UA KHOB TXIV APPLE HLAIS UA DAIM QHOV KEV XAIV NTAWM MIS NYUJ</p>	<p style="text-align: center;">-22-</p> <p style="text-align: center;">NQAIJ QAIB RAU KHAUB CIJ WG UA LUB LOS SIS NCUAV KIB UA LUB RAU ZAUB MUAJ WG LOS SIS NQAIJ QAIB NTSIV WG HOM HALAL</p> <p style="text-align: center;">THIAB QOS YAJ YWM HLAIS UA DAIM ZAUB NTUG HAUV PAUS ME TSHIAB KHAUB CIJ UA TUS ME WG MIS NYUJ KHOV NPAS TAWS KUA TXIV LWS SUAV / KUA BBQ KUA QUAV TXOB YWG ZAUB RANCH KHOB KUA TXIV APPLE TXIV KAB NTXWV UA DAIM QHOV KEV XAIV NTAWM MIS NYUJ</p>	<p style="text-align: center;">-23-</p> <p style="text-align: center;">NCU MIJ ROTINI WG THIAB nrrog QE NQAIJ MUAJ NQAIJ QAIB LOS SIS MACARONI WG THIAB MIS NYUJ KHOV</p> <p style="text-align: center;">THIAB XAM LAV ZAUB ROMAINE nrrog TXIV LWS SUAV CHERRY KHOOM RAU XYAW XAM LAM RANCH LOS SIS ITALIAN DIB HLAIS UA DAIM KHOB CIJ WG PAN ROLL THIAB MIS NYUJ KHOV NPAS TAWS TXIV DUA UA KHOB (PEACH CUP) TXIV BLUE RASPBERRY KHOV 100% UA KHOB ME QHOV KEV XAIV NTAWM MIS NYUJ</p>	<p style="text-align: center;">-24-</p> <p style="text-align: center;">NQAIJ QAIB TERIYAKI LOS SIS NCUAV KIB UA LUB UAS TSIS MUAJ NQAIJ (VEGETARIAN NUGGETS) KUA BBQ</p> <p style="text-align: center;">THIAB MOV XIM AV WHOLE GRAIN PAJ ZAUB BROCCOLI CUB ZAUB NTUG HAUV PAUS ME TSHIAB WG KHAUB CI UA TUS ME MIS NYUJ KHOV NPAS TAWS TXIV EV PAUM TSHIAB TXIV PUV LUJ UA KHOB QHOV KEV XAIV NTAWM MIS NYUJ</p>
<p style="text-align: center;">-27-</p> <p style="text-align: center;">NQAIJ QAIB RAU KHAUB CIJ WG UA LUB KHOB CIJ WG PAN ROLL NPAV TAWJ / KUA YWG BBQ LOS SIS NQE THIAB MIS NYUJ KHOV COLBY KIB NCUAV QAB ZIB WG BLUEBERRY MUFFIN LOJ</p> <p style="text-align: center;">THIAB QOS LIAB KIB DIB HLAIS UA DAIM TSHIAB KUA QUAV TXOB YWG ZAUB RANCH KUA TXIV LWS SUAV TXIV EV PAUM TSHIAB TXIV PUV LUJ UA KHOB QHOV KEV XAIV NTAWM MIS NYUJ</p>	<p style="text-align: center;">-28-</p> <p style="text-align: center;">+PHIV XAJ PEPPERONI NQAIJ QAIB NTXHW WG HLAIS UA DAIM LOS SIS PIZZA RAU MIS NYUJ KHOV WG HLAIS UA DAIM</p> <p style="text-align: center;">THIAB TAUM MOG QAB ZIB TSEEM MOS KHOB NOOM POTATO SMILES KUA TXIV LWS SUAV TXIV HMAB TXIV NTOO UA KHOB TAIS TXIV HMAB TXIV NTOO TSHIAB QAB ZIB KHOV "UA HAUV CHAW KAWM" QHOV KEV XAIV NTAWM MIS NYUJ</p>	<p style="text-align: center;">-29-</p> <p style="text-align: center;">KHOOM NOJ TXOM NCAUJ CHICKEN MINI CORN DOGS LOS SIS WG KHAUB CIJ NNTSAWS PLAWV MIS NYUJ KHOV CI</p> <p style="text-align: center;">THIAB XAM LAV ZAUB ROMAINE nrrog HAUV PAUS ZAUB NTUG TXHOV MOS-MOS TXIV LWS SUAV CHERRY KUA QUAV TXOB YWG ZAUB RANCH/ITALIAN KUA KETCHUP / KUA MUSTARD TXIV KAB NTXWV TSHIAB IB KHOB TXIV PEAR QHOV KEV XAIV NTAWM MIS NYUJ</p>	<p style="text-align: center;">-30-</p> <p style="text-align: center;">HNUB TXOG KEV TXHIM KHO KEV UA HAUV LWM TSHAJ LIJ</p> <p style="text-align: center;">(Tsis Muaj Tub Ntxhais Tuaj Kawm Ntawv)</p>	

LUS SAU CIM TSEG-TXOG KHOOM NOJ: *=Nqaij Npuas +=Nqaij Qaib Ntxhw. Txhua pluas mov yuav muaj cov mis 1/2 pint. Cov tub ntxhais kawm tuaj yeem xaiv Mis Tsis Muaj Roj los sis Mis Dawb 1% thaum Noj Tshais, thiab Mis Tsis Muaj Roj, Mis Dawb 1% los sis Mis Muaj Chocolate Tsis Muaj Roj thaum Noj Su THIAB thaum Noj Hmo. Tag Nrho Cov Mes Nus thiab cov foos Cov Khoom Noj Xav Tau Kev Noj Haus Tshwj Xeeb yuav muaj sau ua 7 hom lus sib txawv, tuaj yeem nrhiav tau lawv nyob hauv MPS Lub Thawj Fab Saib Xyuas Hauj Lwm Muab Kev Pab Cuam Khoom Noj Khoom Haus Zoo phab vev xaib ntawm: mpsmke.com/nutrition Qhov mes nus yuav muaj qhov hloov pauv tau.

“Lub tsev kawm ntawv no yog ib lub chaw muab kev pab cuam uas muab hmv tsam sib npaug zog.”